



知って納得！

# 国民健康保険

■問い合わせ先：

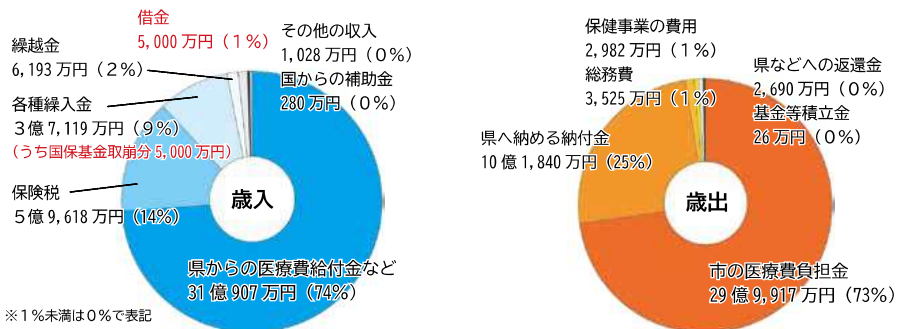
健康長寿課 健康増進グループ  
Tel. 472-1111 (内線 251 ~ 253)

## 非常に厳しいです！ 国民健康保険特別会計の収支状況

令和6年度国保会計の収支状況は、歳入総額から歳出総額を引いた**形式収支額9,165万円**から前年度繰越金、国保基金（国保会計の貯金）からの取り崩し、借金などを差し引いた**実質単年度収支額はマイナス7千万円の赤字**となり、非常に厳しい財政運営を強いられています。

### 令和6年度決算状況

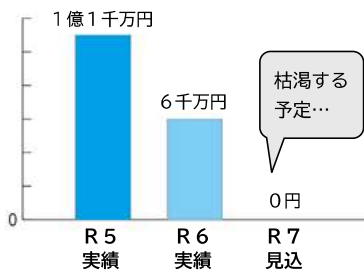
歳入総額 42 億 145 万 - 歳出総額 41 億 98 万 = 形式収支額 9,165 万円



※1%未満は0%で表記

### 国保基金（国保会計の貯金）の状況

市国保基金は、国保会計の財源不足などに備えて積み立てられる貯金で、令和6年度にその一部を取り崩しました。令和7年度に残額のほぼ全額を取り崩す予定です。



### 健診受診は医療費の負担を抑える第一歩！

自身の健康のため、医療費・保険税の負担を増やさないためにも、特定健診を受診し、生活習慣病の予防に努めましょう。初期の生活習慣病は自覚症状がないことが多く、いつの間にか病気が進行してしまう危険があるため、1年に1回、特定健診やがん検診の受診を行うことが重要です。

生活習慣病等一人あたり医療費	
特定健診【受診者】	3,314円/月
特定健診【未受診者】	13,850円/月

### 「有効期限切れ健康保険証」の暫定的な取扱いについて

健康保険証のマイナ保険証を基本とした仕組みへの移行に伴う暫定的な取扱いにより、令和8年3月31日まで、有効期限切れの健康保険証での医療機関受診が可能となっています。

なお、有効期限切れの健康保険証で医療機関を受診された方は、受診後は速やかに、有効なマイナ保険証または資格確認書の準備をお願いします。



# エコ通信

■問い合わせ先：

市民環境課 環境政策グループ  
Tel. 472-1111 (内線 239)

### ◆ 10月は食品ロス削減月間です

令和元年度に施行された「食品ロスの削減の推進に関する法律」により、毎年10月は「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」として定められています。  
日本の食品ロス量は年間約464万トン（令和5年度推計）発生しています。  
これは、日本の人口1人あたり、毎日おにぎり1個分（102g）を捨てている計算になります。  
「もったいない」の心を大切に、身近にできることから食品ロス削減に取り組んでみませんか。



### ◆ 実践しよう！ 3010運動

宴会などでは、提供された料理の2割近くが食べ残されていて、その量は、食堂・レストランでの昼食の約8倍にもなります。3010（さんまる・いちまる）運動とは、忘・新年会などの宴会の席から食品ロスを減らしていく取組であり、乾杯後の30分間と終了前10分間は自席で料理を楽しむことにより、食べ残しによる食品ロスを減らす運動です。宴会時などは、全体で「残さず食べきる」を目標に掲げ、次のことに取り組みましょう。

- 1 参加者に合わせた店舗・メニュー選定と、食べられる量（適量）の注文を心がける
- 2 乾杯後、食べ始めてから30分間は席を立たず料理を楽しむ
- 3 終了前10分間は自分の席に戻り、残っている料理を楽しむ



「出典：消費者庁」

### ◆ 秋のネイチャーウォッチング

有明開田の里公園内の森を歩き、動植物を観察する「秋のネイチャーウォッチング」を開催します。生物多様性保全の第一歩は生き物に興味を持つことです。あなたも参加してみませんか。

- 日時 10月19日(日) 10時から(1時間程度)
- 場所 市生物多様性センター
- 定員 20人
- 参加料 無料
- 申込締切 10月16日(木)まで
- 問い合わせ先：市生物多様性センター  
Tel. 090430109091
- メール shoushi.seibutayousei@gmail.com

